

### ពិធីការបើកឡើងវិញសម្រាប់ កន្លែងហាត់ប្រាណ និងអាជីវកម្មហាត់ប្រាណ៖ **Appendix L**

មានប្រសិទ្ធភាពគិតត្រឹមថ្ងៃសុក្រទី 12 ខែមិថុនាឆ្នាំ 2020

នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles កំពុងអនុវត្តវិធីសាស្ត្រតាមដំណាក់កាល ដែលបានកំណត់ ដោយវិទ្យាសាស្ត្រ និងជំនាញការសុខភាពសាធារណៈ ដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យកន្លែងហាត់ប្រាណ និងអាជីវកម្មហាត់ប្រាណ ជាក់លាក់បើកទ្វារឡើងវិញដោយសុវត្ថិភាព។ សេចក្តីតម្រូវខាងក្រោមគឺជាការសម្រាប់កន្លែងហាត់ប្រាណ និងអាជីវកម្មហាត់ប្រាណ ដែលបានអនុញ្ញាតឱ្យបើកទ្វារឡើងវិញដោយមន្ត្រីសុខាភិបាលសាធារណៈ។ បន្ថែមលើលក្ខខណ្ឌដែលបានដាក់ចុះដោយអភិបាលរដ្ឋទៅលើអាជីវកម្មលក់រាយជាក់លាក់ទាំងនេះ អាជីវកម្មប្រភេទទាំងនេះក៏ត្រូវគោរពតាមលក្ខខណ្ឌដែលបានចែងនៅក្នុងបញ្ជីត្រួតពិនិត្យសម្រាប់កន្លែងហាត់ប្រាណ និងអាជីវកម្មហាត់ប្រាណ (Checklist for Gym and Fitness establishments) នេះផងដែរ។

សូមកត់សម្គាល់៖ ឯកសារនេះអាចនឹងត្រូវបានធ្វើបច្ចុប្បន្នភាព នៅពេលដែលមានព័ត៌មាន និងធនធានបន្ថែម ដូច្នេះសូមប្រាកដថាពិនិត្យមើលគេហទំព័រ LA County <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/> ជាប្រចាំសម្រាប់បច្ចុប្បន្នភាពផ្សេងៗទៅលើឯកសារនេះ។

បញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះគ្របដណ្តប់៖

- (1) គោលការណ៍កន្លែងធ្វើការ និងការអនុវត្តដើម្បីការពារសុខភាពបុគ្គលិក
- (2) វិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយ
- (3) វិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវការគ្រប់គ្រងការឆ្លងជំងឺ
- (4) ការទំនាក់ទំនងជាមួយបុគ្គលិក និងសាធារណជន
- (5) វិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវការប្រើប្រាស់សេវាកម្មសំខាន់ៗដោយស្មើភាព

ចំណុចសំខាន់ៗទាំងប្រាំនេះ ត្រូវតែបានដោះស្រាយ ស្របពេលដែលទីកន្លែងរបស់អ្នកបង្កើតពិធីការបើកឡើងវិញណាមួយ។

**អាជីវកម្មទាំងអស់ដែលត្រូវបានគ្របដណ្តប់ដោយការណែនាំនេះ ត្រូវតែដាក់ចុះនូវវិធានការណ៍ដែលអាចអនុវត្តបានទាំងអស់ ដែលមានរាយនៅខាងក្រោម និងត្រូវត្រៀមខ្លួនដើម្បីពន្យល់ពីមូលហេតុនៃវិធានការណ៍ណាមួយដែលមិនត្រូវបានអនុវត្ត គឺមិនអាចអនុវត្តបានសម្រាប់អាជីវកម្ម។**

ឈ្មោះអាជីវកម្ម៖

---

អាសយដ្ឋានទីកន្លែង៖

---

ចំនួនមនុស្សអតិបរមា តាមច្បាប់អគ្គិភ័យ៖

---

ប្រហាក់ប្រហែលទំហំទីផ្កាគិតសរុបជាហ្វីតការ៉េដែលបើកដល់សាធារណជន៖

---

**A. គោលការណ៍ និងការអនុវត្តនៅកន្លែងធ្វើការដើម្បីការពារសុខភាពបុគ្គលិក (ត្រូវធ្វើការទាំងអស់ដែលអនុវត្តសម្រាប់ទីកន្លែង)**

- មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលអាចបំពេញកិច្ចការរបស់ខ្លួនពីផ្ទះ ត្រូវបានណែនាំឱ្យធ្វើដូច្នោះ។
- បុគ្គលិកងាយរងគ្រោះ (អ្នកដែលមានអាយុលើស 65 ឆ្នាំ អ្នកដែលមានបញ្ហាសុខភាពប្រចាំកាយ) ត្រូវបានកំណត់ការងារដែលអាចធ្វើការពីផ្ទះគ្រប់ពេលដែលអាចធ្វើបាន និងគួរពិភាក្សាអំពីក្តីកង្វល់នានាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាសុខភាព ឬសេវាកម្មសុខភាពការងាររបស់ខ្លួន ដើម្បីធ្វើការសម្រេចចិត្តបានសមស្របអំពីការត្រឡប់ទៅកន្លែងធ្វើការវិញ។
- ដំណើរការការងារត្រូវបានកែទម្រង់ឡើងវិញទៅតាមកម្រិតដែលអាចធ្វើបាន ដើម្បីបង្កើនឱកាសសម្រាប់ឱ្យបុគ្គលិកធ្វើការងារពីផ្ទះ។
- ម្យ៉ាងវិញទៀត កាលវិភាគឆ្លាស់វេនគ្នា ឬប្តូរវេនគ្នាត្រូវបានអនុវត្តដើម្បីបង្កើនការរក្សាគម្លាតរាងកាយជាអតិបរមា។
- បុគ្គលិកទាំងអស់ត្រូវបានប្រាប់ថា កុំមកធ្វើការបើសិនជាលឺ ឬបើសិនជាពួកគេបានប៉ះពាល់ជាមួយបុគ្គលដែលមានជំងឺ COVID-19។ បុគ្គលិកយល់និងអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ DPH សម្រាប់ការដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក និងការនៅដាច់ពីគេបើសិនជាអាចអនុវត្តបាន។ គោលការណ៍សុំច្បាប់ឈប់សម្រាកនៅកន្លែងធ្វើការ ត្រូវបានពិនិត្យឡើងវិញ និងបានកែប្រែដើម្បីធានាថាបុគ្គលិកមិនត្រូវបានពិន័យនៅពេលពួកគេស្ថិតនៅផ្ទះដោយសារជំងឺ។
  - ព័ត៌មានអំពីអត្ថប្រយោជន៍នៃការសុំច្បាប់ឈប់សម្រាកដែលឧបត្ថម្ភដោយនិយោជក ឬរដ្ឋាភិបាលដែលបុគ្គលិកអាចនឹងមានសិទ្ធិទទួល ដែលនឹងធ្វើឱ្យវាកាន់តែមានភាពងាយស្រួលផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុក្នុងការស្ថិតនៅផ្ទះ។ មើលព័ត៌មានបន្ថែមស្តីពី [កម្មវិធី](#) របស់រដ្ឋាភិបាលដែលគាំទ្រការសុំច្បាប់ឈប់សម្រាកលឺ និងសំណងបុគ្គលិកសម្រាប់ជំងឺ COVID-19 ដោយរាប់បញ្ចូលទាំងសិទ្ធិសុំច្បាប់ឈប់សម្រាកលឺរបស់បុគ្គលិកក្រោម [ច្បាប់សិទ្ធិការឆ្លើយតបនឹងមេរោគកូរ៉ូណាដោយយកគ្រួសារជាអាទិភាព \(Families First Coronavirus Response Act\)](#) និងសិទ្ធិរបស់បុគ្គលិកដើម្បីទទួលអត្ថប្រយោជន៍សំណងបុគ្គលិក និងការសន្និដ្ឋាននៃភាពទាក់ទងនឹងការងាររបស់ជំងឺ COVID-19 ពាក់ព័ន្ធនឹង [បទបញ្ជាប្រតិបត្តិលេខ N-62-20 របស់រដ្ឋាភិបាល](#)
- បើសិនជាមានករណីដែលដឹងក្នុងចំណោមបុគ្គលិក និយោជកមានផែនការស៊ើបអង្កេតករណី COVID+ ដូចជាការដល់នាយកដ្ឋានសុខភាពក្នុងមូលដ្ឋាន ក៏ដូចជាកំណត់អត្តសញ្ញាណ និងបំបែកអ្នកប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនៅកន្លែងធ្វើការនៃបុគ្គលិកដែលបានឆ្លងមេរោគ រហូតដល់ពួកគេបានធ្វើតេស្ត។ និយោជកមានផែនការអនុវត្តដើម្បីផ្តល់ ឬធ្វើការរៀបចំដើម្បីផ្តល់ការធ្វើតេស្តសម្រាប់បុគ្គលិកទាំងអស់ ដែលអាចមានការប៉ះពាល់។
- ការពិនិត្យរោគសញ្ញា ត្រូវបានធ្វើឡើងមុនពេលបុគ្គលិកអាចចូលក្នុងកន្លែងធ្វើការ។ ការពិនិត្យត្រូវតែរាប់បញ្ចូលការពិនិត្យផ្ទាល់មាត់ ទាក់ទងនឹងការក្អក ដកដង្ហើមខ្លី ឬក្អកក្អៅ និងរោគសញ្ញាផ្សេងៗទៀតដែលបុគ្គលិកអាចនឹងកំពុងមាន។ ការពិនិត្យសីតុណ្ហភាពក៏ត្រូវធ្វើផងដែរ បើសិនជាអាចធ្វើបាន។
- បុគ្គលិកទាំងអស់ដែលប៉ះពាល់ជាមួយសាធារណជន ឬបុគ្គលិកផ្សេងទៀតក្នុងអំឡុងវេនធ្វើការរបស់ខ្លួន ត្រូវទទួលបានក្រណាត់បាំងមុខដោយឥតគិតថ្លៃ។ បុគ្គលិកត្រូវពាក់របាំងមុខគ្រប់ពេលវេលា ក្នុងអំឡុងថ្ងៃធ្វើការ នៅពេលប៉ះពាល់ ឬទំនងជាប៉ះពាល់ជាមួយអ្នកដទៃ។ បុគ្គលិកមិនចាំបាច់ពាក់ក្រណាត់បាំងមុខពេលនៅម្នាក់ឯងក្នុងការិយាល័យឯកជន ឬបន្ទប់តូចដែលមានជញ្ជាំងនោះទេ។
- បុគ្គលិកត្រូវបានណែនាំឱ្យបោកគក់របាំងមុខរបស់ខ្លួនជារៀងរាល់ថ្ងៃ។
- ស្ថានីយការងារទាំងអស់ត្រូវបានបំបែកពីគ្នាយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីត។
- បន្ទប់សម្រាក បន្ទប់ទឹក និងទីកន្លែងទូទៅផ្សេងទៀត ត្រូវបានសម្អាតមេរោគជាញឹកញាប់ទៅតាមកាលវិភាគដូចខាងក្រោម៖
  - បន្ទប់សម្រាក \_\_\_\_\_
  - បន្ទប់ទឹក \_\_\_\_\_
  - ផ្សេងទៀត \_\_\_\_\_
- ការសម្រាកត្រូវបានកំណត់ដាច់ៗពីគ្នា ដើម្បីប្រាកដថាបុគ្គលិកអាចរក្សាគម្លាតប្រាំមួយ (6) ហ្វីតពីគ្នានៅក្នុងបន្ទប់សម្រាកនៅគ្រប់ពេលវេលា។
- ធ្វើឱ្យប្រាកដថាបុគ្គលិកបណ្តោះអាសន្ន ឬបុគ្គលិកកិច្ចសន្យានៅទីកន្លែង ក៏ត្រូវបានបណ្តុះបណ្តាលសមស្របនៅក្នុងគោលនយោបាយរបស់ស្ថាប័នជំងឺ COVID-19 និងមានការផ្គត់ផ្គង់ និង PPE ដែលចាំបាច់។ ពិភាក្សាអំពីការទទួលខុសត្រូវទាំងនេះជាមុនជាមួយអង្គភាពដែលផ្គត់ផ្គង់បុគ្គលិកបណ្តោះអាសន្ន និង/ឬបុគ្គលិកកិច្ចសន្យា។

- របាំងមុខ ត្រូវបានតម្រូវ នៅពេលបុគ្គលិកស្ថិតនៅជិតអ្នកដទៃ។ បុគ្គលិកត្រូវតែមានរបាំងមុខរួចជាស្រេច និងពាក់វានៅក្នុងអគារហាត់ប្រាណ ការិយាល័យ ឬឃ្លានយន្តដែលជាកម្មសិទ្ធិរបស់ក្រុមហ៊ុន នៅពេលធ្វើដំណើរជាមួយអ្នកដទៃ។ របាំងមុខមានសារៈសំខាន់ជាពិសេស បើសិនជាមិនអាចរក្សាកំលាតរាងកាយនៅក្នុងការងារបាន (ឧទាហរណ៍ គ្រូបង្វឹកផ្ទាល់ខ្លួន និងបុគ្គលិកដែលជួយសមាជិកហាត់ប្រាណ)។  
មិនត្រូវប្រើរបាំងមុខរួមគ្នាឡើយ។ និយោជកត្រូវបានតម្រូវឱ្យផ្តល់របាំងមុខដល់បុគ្គលិកទាំងអស់។
- ដើម្បីធ្វើឱ្យប្រាកដថារបាំងមុខត្រូវបានពាក់យ៉ាងខ្ជាប់ខ្ជួន និងត្រឹមត្រូវ បុគ្គលិកត្រូវបានរារាំងមិនឱ្យបរិភោគ ឬផឹក លើកលែងតែក្នុងអំឡុងពេលការសម្រាករបស់ពួកគេ នៅពេលដែលពួកគេអាចដោះម៉ាស់របស់ខ្លួន និងរក្សាកំលាតរាងកាយពីអ្នកដទៃបានដោយសុវត្ថិភាព។
- សារធាតុសម្លាប់មេរោគ និងការផ្គត់ផ្គង់ដែលពាក់ព័ន្ធគឺមានសម្រាប់បុគ្គលិកនៅទីតាំងដូចខាងក្រោម៖

---

- ទឹកអនាម័យលាងដៃដែលមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងជំងឺ COVID-19 គឺមានសម្រាប់បុគ្គលិកទាំងអស់នៅទីតាំងដូចខាងក្រោម៖

---

- បុគ្គលិកត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យសម្រាកឱ្យបានញឹកញាប់ដើម្បីលាងដៃរបស់ខ្លួន។
- ច្បាប់ចម្លងនៃពិធីការនេះត្រូវបានចែកចាយទៅបុគ្គលិកនីមួយៗ។
- កម្មករនីមួយៗ ត្រូវបានកំណត់ឧបករណ៍ផ្ទាល់ខ្លួន បរិក្ខារ និងលំហធ្វើការដែលបានកំណត់។ ការប្រើប្រាស់រួមគ្នានូវវត្ថុដែលបានប៉ះពាល់ ត្រូវបានកាត់បន្ថយ ឬលុបបំបាត់។
- គោលការណ៍ទាំងអស់ដែលបានពិពណ៌នានៅក្នុងបញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះក្រៅពីគោលការណ៍ដែលទាក់ទងនឹងលក្ខខណ្ឌការងារ ត្រូវបានអនុវត្តទៅលើបុគ្គលិកដឹកជញ្ជូន និងក្រុមហ៊ុនផ្សេងៗទៀតដែលអាចស្ថិតនៅទីតាំងនោះក្នុងនាមជាភាគីទីបី។
- ស្រេចចិត្ត—ពិពណ៌នាពីវិធានការណ៍ផ្សេងទៀត៖

**B. វិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវការរក្សាកំលាតរាងកាយ**

- បើអាចធ្វើបាន ចូរអនុវត្តប្រព័ន្ធកក់ទុកជាមុនសម្រាប់ទឹកត្រជាក់។ ប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធកក់ទុកជាមុនដើម្បីទាក់ទងទៅអតិថិជនដែលមានការកក់ទុកជាមុន 24 ម៉ោងមុនពេលមកដល់ដែលបានកំណត់របស់ពួកគេ ដើម្បីបញ្ជាក់ពីការកក់របស់ពួកគេ និងសាកសួរថាតើពួកគេ ឬនរណាម្នាក់នៅក្នុងក្រុមរបស់ពួកគេកំពុងចេញរោគសញ្ញាជំងឺ COVID-19 ណាមួយឬក៏អត់។ បើសិនជាអតិថិជនឆ្លើយវិជ្ជមាន នោះគេគួររំលឹកដល់អតិថិជនថា ពួកគេគួរតែប្រើប្រាស់ទឹកត្រជាក់ប្រាណលុះត្រាតែពួកគេមិនឈឺប៉ុណ្ណោះ។ ការទំនាក់ទំនងបែបនេះអាចធ្វើបានតាមរយៈកម្មវិធី អ៊ីមែល ឬសារជាអក្សរ បើអាចធ្វើបាន។
- ចៀសវាងការតម្រង់ជួរអតិថិជននៅក្នុងទឹកត្រជាក់ ឬខាងក្រៅ និងជួយរក្សាចម្ងាយដាច់គ្នាដែលមាននៅក្នុងនោះ។
- អតិថិជនទាំងអស់ត្រូវបានតម្រូវឱ្យពាក់របាំងមុខ នៅពេលនៅទីកន្លែង លើកលែងតែពេលធ្វើលំហាត់ប្រាណ ឬពេលហ្វឹកហ្វឺន។
- ចំណុះផ្នែកនៃកន្លែងហាត់ប្រាណត្រូវបានកំណត់ត្រឹម 50% ឬតិចជាងនេះ។ មានតែអតិថិជនដែលកំពុងហាត់ប្រាណជាក់ស្តែងប៉ុណ្ណោះ ទើបគួរនៅខាងក្នុងទីកន្លែង។ អតិថិជនមិនគួររង់ចាំនៅកន្លែងទទួលភ្ញៀវឡើយ។
- កែប្រែថ្នាក់ហ្វឹកហ្វឺនជាក្រុម ដូចជា អ៊ែរ៉ូប៊ិក(aerobics) យូហ្កា(yoga) និងការរាំដើម្បីដាក់កម្រិតទំហំ ដើម្បីធានាបាននូវកំលាតរាងកាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វឹករាំរាងអតិថិជន។
  - ផ្លាស់ប្តូរថ្នាក់ទៅខាងក្រៅ ឬកន្លែងដែលមានទីធ្លាធំជាងមុន ដូចជាទីលានកីឡាបាល់បោះទាំងមូល បើសិនជាអាចធ្វើបាន។ ថ្នាក់ហាត់ប្រាណជាក្រុម គួរតែផ្តល់លុះត្រាតែអាចរក្សាកំលាតបាន និងមិនមានការប៉ះពាល់រាងមនុស្សនឹងមនុស្សប៉ុណ្ណោះ។
  - សម្រាប់ថ្នាក់អ៊ែរ៉ូប៊ិកកម្រិតខ្ពស់ ដូចជា អ៊ែរ៉ូប៊ិក បង្វិល ឬការមានលក្ខខណ្ឌ ឬប្រើម៉ាស៊ីនដូចជាម៉ាស៊ីនជាន់ឆ្នាស់ (elliptical) ម៉ាស៊ីនរត់ឬជាន់ ចូរពិចារណាដាក់បុគ្គល និងឧបករណ៍ឱ្យឃ្លាតពីគ្នាយ៉ាងតិច 8 ហ្វឹកជាង 6 ហ្វឹក។
- កម្មវិធីប៉ះពាល់ខ្លាំង ដែលតម្រូវឱ្យមានការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធក្នុងកំលាតតិចជាងប្រាំមួយហ្វឹក គួរត្រូវបានផ្អាក។ នេះនឹងរាប់បញ្ចូលសកម្មភាពដូចជាព្រឹត្តិការណ៍កីឡាជាក្រុម សកម្មភាពកីឡាម្សាន្តដែលមានការរៀបចំ កីឡាបាល់បោះ ឬការប្រណាំងដែលមានការរៀបចំ។
- ទីលានលេងកីឡា អាចត្រូវបានប្រើសម្រាប់ការអនុវត្តបុគ្គល ឬសម្រាប់សកម្មភាពដែលអាចរក្សាកំលាតរាងកាយ 6 ហ្វឹកនៅក្នុងសកម្មភាពទាំងមូល។ នៅពេលដែលមនុស្សកំពុងរង់ចាំប្រើទីលាន គេគួរអនុវត្តនៃកំណត់ពេលវេលាអតិបរមាសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ទីលានដោយអ្នកចូលរួមនីមួយៗ។ អ្នកចូលរួមដែលរង់ចាំ ត្រូវតែអនុវត្តការរក្សាកំលាតរាងកាយ។
- ថ្នាក់យូហ្កាដែលធ្វើឡើងនៅក្នុងសិក្សាភាពខ្ពស់ជាង 100 ដឺក្រេត្រូវត្រូវបានរារាំង។

- គ្រូបង្វឹកផ្ទាល់ខ្លួន ត្រូវបានអនុញ្ញាត បើសិនជាពួកគេរក្សាកំលាតប្រាំមួយហ្វីតពីអតិថិជន និងពាក់របាំងមុខ។ អតិថិជនត្រូវបានលើកទឹកចិត្តយ៉ាងមុតមាំឲ្យពាក់របាំងមុខ ខណៈពេលទទួលការបង្រៀន។
- ឧបករណ៍ត្រូវបានគូសសម្គាល់ ដើម្បីធានាថាអតិថិជនអាចរក្សាកំលាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយ (6) ហ្វីតពីគ្នា។ បង់ស្តិត ឬការសម្គាល់ផ្សេងទៀតជួយឲ្យអតិថិជនរក្សាកំលាត 6 ហ្វីតពីគ្នា និងពីអ្នកដទៃនៅក្នុងជួររងរង។ ការសម្គាល់បញ្ជាក់ពីកន្លែងចាប់ផ្តើមសម្រាប់អតិថិជនដែលមកដល់នៅក្នុងជួរ និងកំលាត 6 ហ្វីតសម្រាប់អតិថិជនដែលមកក្រោយទៀតដែលចូលតម្រងជួរ។
- ប្រើប្រាស់លំនាំចរាចរណ៍ផ្ទេរជើងតែមួយផ្លូវនៅក្នុងទីកន្លែងហាត់ប្រាណ ដោយមានតម្រុយ និងសញ្ញាជារូបភាព។
- យកគ្រឿងសង្ហារឹមសហគមន៍ និង/ឬហ៊ុមព័ទ្ធមិនឲ្យប្រើទីកន្លែងកម្សាន្តសម្រាប់សមាជិក
- ឆ្លាស់ទូចាក់សោដែលមាននៅក្នុងបន្ទប់ទូចាក់សោ ដើម្បីរក្សាកំលាតរាងកាយ។
- ដាក់ឧបករណ៍ និងម៉ាស៊ីនទាំងអស់ឲ្យឃ្លាតពីគ្នាយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីត ឬបិទម៉ាស៊ីនខ្លះមិនឲ្យប្រើដើម្បីសម្រេចបាននូវការរក្សាកំលាតរាងកាយ។
- បុគ្គលិកត្រូវបានណែនាំឲ្យរក្សាកំលាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយ (6) ហ្វីតពីអតិថិជន និងពីបុគ្គលិកដូចគ្នានៅក្របកន្លែងទាំងអស់នៃកន្លែងហាត់ប្រាណ។ បុគ្គលិកអាចមកជិតជាបណ្តោះអាសន្ន នៅពេលចាំបាច់ដើម្បីទទួលយកការបង់ប្រាក់ បញ្ជូនទំនិញ ឬសេវាកម្ម ឬទៅតាមការចាំបាច់។
- ចំណុះជណ្តើរយន្តត្រូវបានដាក់កម្រិតត្រឹម 4 នាក់ ឬតិចជាងនេះនៅក្នុងពេលម្តងសម្រាប់ជណ្តើរយន្តទាំងឡាយដែលមិនអនុញ្ញាតឲ្យមានកំលាតរាងកាយ 6 ហ្វីតរវាងអ្នកជិះ។ អ្នកជិះទាំងអស់ត្រូវបានតម្រូវឲ្យពាក់ក្រណាត់បាំងមុខ។ ពិចារណាពីទំហំជណ្តើរយន្ត ចំនួនជាន់របស់អ្នក និងចំនួនបុគ្គលិក និងចំនួនភ្ញៀវប្រចាំថ្ងៃ ដើម្បីបង្កើតគោលការណ៍ណែនាំអំពីការរក្សាកំលាតរាងកាយដែលសមស្របសម្រាប់អ្នកជិះជណ្តើរយន្ត។
- សេវាកម្មស្នៀ មិនត្រូវបានអនុញ្ញាតទេ។
- ពិចារណាផ្អាកសកម្មភាពមិនសំខាន់ ដូចជាប្រតិបត្តិការលក់រាយ ការថែទាំកុមារ និងសេវាកម្មរូបអាហារ។ បើសិនជាទីកន្លែងហាត់ប្រាណផ្តល់ការកម្សាន្តបែបនោះ ពួកគេត្រូវពិនិត្យមើល និងអនុវត្តតាមពិធីការសុខភាពសាធារណៈនៃខោនធីដែលបានចុះផ្សាយសម្រាប់សកម្មភាពទាំងនេះ។

**C. វិធានការណ៍ដើម្បីគ្រប់គ្រងការឆ្លងជំងឺ**

- ប្រព័ន្ធ HVAC គឺស្ថិតក្នុងសភាពដំណើរការល្អ ដល់បង្កើនកម្រិតអតិបរមា ដែលអាចធ្វើឲ្យខ្យល់ចេញចូលត្រូវបានបង្កើនឡើង។
  - អតិថិជនត្រូវបានពិនិត្យសីតុណ្ហភាព និង/ឬរោគសញ្ញានៅពេលមកដល់ និងត្រូវបានតម្រូវឲ្យប្រើទឹកអនាម័យលាងដៃ និងពាក់របាំងមុខ នៅពេលចូល និងចាកចេញពីទីកន្លែង។ ពួកគេត្រូវពាក់របាំងមុខឲ្យបានច្រើនបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន ខណៈពេលនៅក្នុងទីកន្លែង ជាពិសេសនៅពេលដែលពិបាករក្សាកំលាតរាងកាយ។ គ្រប់ពេលដែលមិនពាក់របាំងមុខ ដោយសារអតិថិជនកំពុងធ្វើសកម្មភាពហាត់ប្រាណ ឬហ្វឹកហាត់ នោះគេត្រូវលើកអតិថិជនឲ្យរក្សាកំលាត 6 ហ្វីតពីអ្នកដទៃ។
  - ប្រព័ន្ធបង់ប្រាក់ និងចុះឈ្មោះចូលដោយមិនចាប់ប៉ះ គឺមានសម្រាប់ឲ្យប្រើ ឬបើមិនអាចធ្វើបាន ប្រព័ន្ធទាំងនេះត្រូវបានធ្វើអនាម័យជាប្រចាំ។ ពិពណ៌នា៖
- 
- ធ្វើការសម្អាតយ៉ាងល្អល្អនៃពេញមួយថ្ងៃនៅតាមទីកន្លែងដែលមានមនុស្សចេញចូលច្រើន ដូចជាកន្លែងទទួលភ្ញៀវ និងកន្លែងរង់ចាំ បន្ទប់ប្តូរសំលៀកបំពាក់ បន្ទប់ទូចាក់សោ បន្ទប់ងូតទឹកនិងបន្ទប់សម្រាក ក៏ដូចជាកន្លែងចូលនិងចេញដូចជាជណ្តើរ ផ្លូវមុខជណ្តើរ ជណ្តើរយន្ត បង្គោលដៃ និងប៊ូតុងបញ្ជាជណ្តើរយន្ត។
  - សម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃដែលបានប្រើជាទូទៅឲ្យបានញឹកញាប់ ដែលរួមមានម៉ាស៊ីន និងឧបករណ៍ហាត់ប្រាណផ្ទាល់ខ្លួន ផ្ទៃធ្វើការម៉ាស៊ីនលក់ទំនិញ ដៃទ្វារ និងទីកន្លែងលាងដៃ។

- ❑ តម្រូវឱ្យអភិវឌ្ឍន៍សម្លាប់មេរោគឧបករណ៍ កម្រាល និងម៉ាស៊ីនហាត់ប្រាណផ្ទាល់ខ្លួនមុន និងក្រោយពីប្រើប្រាស់ដោយប្រើក្រដាសជូតសម្លាប់មេរោគដែលបានផ្តល់ឱ្យ។ ធ្វើឱ្យប្រាកដថាមានធុងសម្រាមដែលបានតម្រៀបជាដួរ មិនបាច់ប៉ះនៅក្នុងទីកន្លែងហាត់ប្រាណទាំងមូល ដើម្បីចោះចោលក្រដាសជូតដែលបានប្រើរួច។
  - បើសិនជាសមាជិកមិនអាច ឬមិនព្រមជូត/សម្លាប់មេរោគលើឧបករណ៍បន្ទាប់ពីហាត់ប្រាណរួច ចូរផ្តល់ស្លាក "រួចរាល់ដើម្បីសម្អាត" (ready to clean) សម្រាប់ឱ្យសមាជិកដាក់នៅលើឧបករណ៍បន្ទាប់ពីប្រើរួច ដើម្បីធ្វើឱ្យប្រាកដថាឧបករណ៍ត្រូវបានសម្លាប់មេរោគដោយបុគ្គលិក មុនពេលប្រើប្រាស់លើកក្រោយ។
- ❑ ធ្វើឱ្យប្រាកដថា បុគ្គលិកទាំងអស់ត្រូវបានបណ្តុះបណ្តាលឱ្យប្រើប្រាស់ និងមានការផ្គត់ផ្គង់គ្រប់គ្រាន់នូវផលិតផលសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគគ្រប់មុខងារ នៅពេលចាំបាច់។ អនុវត្តតាមសេចក្តីតម្រូវ Cal/OSHA និងការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិតសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដែលមានសុវត្ថិភាព និងឧបករណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួនដែលចាំបាច់សម្រាប់ផលិតផលសម្អាត។
- ❑ បុគ្គលិកគួរមានខ្យល់ចេញចូល (លំហូរខ្យល់) គ្រប់គ្រាន់នៅក្នុងទីកន្លែងដែលពួកគេកំពុងសម្លាប់មេរោគ។ បើសិនជាសម្អាតនៅក្នុងបន្ទប់ទឹក ឬកន្លែងតូចៗផ្សេងទៀត ចូរប្រាកដថាបានបើកទ្វារ និងបង្អួច។
- ❑ អនុញ្ញាតឱ្យប្រើបន្ទប់ងូតទឹក និងបន្ទប់ទូចាក់សោលុះត្រាតែមានការខណ្ឌ ឬបិទស្លាកសញ្ញាដើម្បីបញ្ជាក់ពីសេចក្តីតម្រូវឱ្យរក្សាគុណភាពកាយប៉ុណ្ណោះ។ បើសិនជាមិនអាចមានការខណ្ឌ ឬការរក្សាគុណភាពសមស្រប ទីកន្លែងទាំងនេះគួរបន្តការបិទទ្វារ។
- ❑ ធ្វើឱ្យប្រាកដថាទីកន្លែងអនាម័យអាចធ្វើប្រតិបត្តិការបាន និងមានស្តុកគ្រប់ពេលវេលា។ ផ្តល់សាប៊ូ ក្រដាសជូត និងទឹកអនាម័យលាងដៃបន្ថែម នៅពេលចាំបាច់។ បើអាចធ្វើបាន ចូរដំឡើងឧបករណ៍ដែលមិនបាច់ប៉ះ ដូចជាក្បាលរ៉ូប៊ីណេ ចាប់សិនស័រចលនា ឧបករណ៍បញ្ចេញសាប៊ូ ឧបករណ៍បញ្ចេញទឹកអនាម័យលាងដៃ និងឧបករណ៍បញ្ចេញក្រដាសជូត។
- ❑ ទ្វារទៅកាន់បន្ទប់ទឹកដែលមិនប្រកាន់ភេទគួរតែអាចបើក និងបិទដោយមិនបាច់ប៉ះដៃទ្វារ ដោយប្រើឧបករណ៍បើក ឬឧបករណ៍បិទបើកទ្វារប្រើថាមពលដែលបញ្ជាដោយដៃ នៅគ្រប់ពេលដែលអាចធ្វើបាន។ បើសិនជាទ្វារមិនអាចបើកដោយប៉ះដៃកាន់ ឬឧបករណ៍បញ្ជាទ្វារដោយដៃ ចូរដាក់ធុងសម្រាមនៅជិតទ្វារដើម្បីធានាថាគេអាចចោះចោលក្រដាសជូតបានយ៉ាងងាយស្រួលនៅពេលបិទបើកទ្វារ។ ទីតាំង និងការកំណត់ទីកន្លែងដាក់ធុងសម្រាម មិនគួរធ្វើឱ្យរាំងស្ទះដល់ច្រកចេញការជម្លៀស ឧបករណ៍សង្គ្រោះបន្ទាន់ ឬការសម្របសម្រួលសមហេតុផលណាមួយដែលបានផ្តល់ក្រោមច្បាប់ស្តីពីអាមេរិកាំងដែលមានពិការភាព (Americans with Disabilities Act) ឡើយ។
- ❑ ប្រកដថាធុងសម្រាមត្រូវបានចាក់ចេញជាប្រចាំ។
- ❑ អភិវឌ្ឍន៍ទីកន្លែងហាត់ប្រាណ គួរត្រូវបានណែនាំថា កន្លែងអាចជាប្រភពចម្លងមេរោគ និងគួរចៀសវាងការដាក់ក្រាស់សិតសក់ និងវត្ថុផ្សេងទៀតដោយផ្ទាល់នៅលើផ្ទៃរបស់វា។ កន្លែងអាចត្រូវបានប្រើសម្រាប់វត្ថុផ្ទាល់ខ្លួនដើម្បីដាក់កម្រិតលើការប៉ះពាល់របស់ពួកគេជាមួយផ្ទៃផ្សេងទៀតនៅក្នុងបន្ទប់ទឹក ឬបន្ទប់ទូចាក់សោ។
- ❑ សម្អាតផ្នែកចូល និងចេញរបស់ HVAC ជារៀងរាល់ថ្ងៃ
- ❑ គេគួររំលឹកអភិវឌ្ឍន៍ឱ្យរក្សាគុណភាពប្រាំមួយហ្វីតពីបុគ្គលិកសម្អាត ឬបុគ្គលិកថែទាំ។ អនុវត្តដំណើរការដើម្បីចុះឈ្មោះចូលយ៉ាងឆាប់រហ័សជាមួយបុគ្គលិក ដើម្បីធានាថាភ្ញៀវកំពុងអនុវត្តតាមពិធីការនេះ។ ធ្វើឱ្យប្រាកដថាបុគ្គលិកអាចចែករំលែកព័ត៌មានទាំងនោះដោយមិនមានការភ័យខ្លាចពីផ្ទៃផ្ទាល់ ឬសងសឹក។
- ❑ ផ្តល់ជម្រើសសម្រាប់ក្រុមហ៊ុនសម្អាតរបស់ភាគីទីបីដើម្បីជួយជាមួយតម្រូវការសម្អាតកើនឡើង តាមការចាំបាច់។
- ❑ ពិចារណាអនុវត្តប្រព័ន្ធចុះឈ្មោះចេញ (check-out) សម្រាប់ឱ្យអភិវឌ្ឍន៍ប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ និងគ្រឿងតូចៗណាមួយ (ឧ. ខ្សែទាញហាត់ប្រាណ ខ្សែលោត កម្រាល ប្រដាប់រំកិលធ្វើពិហូម ។ល។)។ បង្កើតដំណើរការមួយដើម្បីសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគលើវត្ថុទាំងនេះបន្ទាប់ពីត្រឡប់មកវិញ។
- ❑ អនុវត្តតាមគោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDC ដើម្បីធានាថាប្រព័ន្ធទឹកទាំងអស់គឺមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ប្រើប្រាស់ បន្ទាប់ពីទីកន្លែងបិទទ្វារក្នុងរយៈពេលយូរ ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃជំងឺ Legionnaires និងជំងឺផ្សេងទៀតដែលទាក់ទងនឹងទឹក។
- ❑ នៅគ្រប់ពេលដែលអាចធ្វើបាន ចូរដំឡើងឧបករណ៍បញ្ចេញទឹកដែលមិនបាច់ប៉ះ ស្វ័យប្រវត្តិសម្រាប់ប្រើប្រាស់ជាមួយដបទឹកផ្ទាល់ខ្លួន ដែលអាចប្រើប្រាស់ឡើងវិញ ឬពែងក្រដាសដែលប្រើតែម្តងហើយចោះចោលបាន។ ដាក់ស្លាកសញ្ញាបង្ហាញដែលរំលឹកដល់បុគ្គលិក និងអភិវឌ្ឍន៍ថាដបទឹក ឬពែងមិនគួរប៉ះឧបករណ៍បញ្ចេញទឹកឡើយ។
  - បើសិនជាមិនអាចប្រើឧបករណ៍បញ្ចេញទឹកដែលមិនបាច់ប៉ះបាន ចូររំលឹកឱ្យបុគ្គលិក និងអភិវឌ្ឍន៍លាងដៃរបស់ខ្លួន ឬប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យលាងដៃសមស្របមុន និងក្រោយពីប៉ះប៉ូកុងបញ្ចេញទឹកនៅលើទឹកបាញ់សម្រាប់ផឹក។

- អតិថិជនត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឱ្យយកដបទឹករបស់ខ្លួនមកជាមួយ។ លើកទឹកចិត្តឱ្យអតិថិជនយកកន្សែង និងកម្រាលរបស់ខ្លួនមកជាមួយ និងពិចារណាវិសាយការផ្តល់កន្សែងដែលផ្តល់ដោយទឹកនៃកន្លែង ឬផលិតផលអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួនផ្សេងៗ។
  - សម្រាប់កន្សែង ក្រណាត់ដូត ឬវត្ថុដែលបានបោកគក់ផ្សេងទៀត។ ផ្តល់ឧបករណ៍ផ្ទុកបិទជិតដែលអតិថិជនអាចដាក់កន្សែង ឬវត្ថុផ្សេងទៀតដែលបានប្រើរួច។ ធ្វើឱ្យប្រាកដថាវត្ថុទាំងនោះមិនអាចប្រើម្តងទៀតបាន លុះត្រាតែបានបោកគក់សមស្របដោយសេវាកម្មបោកគក់អាជីវកម្ម ឬដំណើរការបោកគក់នៅក្នុងកន្លែង។ ផ្ទុកក្រណាត់ស្អាតនៅក្នុងកន្លែងដែលត្រូវបានគ្របត្រឹមត្រូវ។ ធ្វើឱ្យប្រាកដថាបុគ្គលិកចាត់ចែងក្រណាត់កន្លែងឬបោកគក់ ពាក់ស្រោមដៃ។
    - មានបុគ្គលិកម្នាក់ផ្តល់ក្រណាត់ ឬសម្ភារៈផ្សេងទៀតទៅតាមសំណើជាងការរៀបចំកន្លែងដែលចាប់យកដោយខ្លួនឯង។
  - គ្រឿងកម្សាន្ត ដូចជាទស្សនាវដ្តី សៀវភៅ កន្លែងយកទឹកដោយខ្លួនឯង (លុះត្រាតែមិនបាច់ប៉ះ) និងវត្ថុផ្សេងទៀតសម្រាប់អតិថិជន ត្រូវតែយកចេញពីកន្លែងទទួលភ្ញៀវ និងកន្លែងផ្សេងទៀតនៅក្នុងទឹកនៃកន្លែងហាត់ប្រាណ។ វត្ថុគាំប្រយោជន៍ផ្សេងទៀតក៏ត្រូវត្រូវបានយកចេញពីបន្ទប់ទូចាក់សោដើម្បីជួយកាត់បន្ថយចំណុចប៉ះ និងការអន្តរកម្មរបស់ភ្ញៀវ។
  - នៅពេលជ្រើសរើសសារធាតុគីមីសម្រាប់សម្អាត និយោជកត្រូវប្រើផលិតផលដែលបានអនុម័តឱ្យប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងជំងឺ COVID-19 នៅលើបញ្ជីដែលបានអនុម័តរបស់ភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (EPA) និងអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ផលិតផល។ ប្រើប្រាស់សារធាតុសម្អាតមេរោគដែលបានសរសេរថាមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងភ្នាក់ងារមេរោគ សូលយស្យុងធ្វើឱ្យស (Bleach) នៅតាមផ្ទះដែលបានពង្រាវ (5 ស្លាបព្រាត្នុងទឹកមួយហ្គាឡុង) ឬសូលយស្យុងអាល់កុលដែលមានជាតិអាល់កុលយ៉ាងតិច 60% ដែលសមស្របសម្រាប់ផ្ទៃ។ ផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់បុគ្គលិកអំពីការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត និងសេចក្តីតម្រូវ Cal/OSHA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដែលមានសុវត្ថិភាព។ បុគ្គលិកដែលប្រើផលិតផលសម្អាត ឬសារធាតុសម្អាតមេរោគ គួរតែពាក់ស្រោមដៃ និងឧបករណ៍ការពារផ្សេងទៀតដូចបានតម្រូវដោយផលិតផល។ អនុវត្តតាមវិធីសាស្ត្រសម្អាតដែលមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់អ្នកជំងឺរោគ ដែលបានណែនាំដោយនាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋ California។
  - ពិចារណាដំឡើងម៉ាស៊ីនសម្អាតខ្យល់មានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ចល័ត អាចក្រែកកម្រងខ្យល់របស់អគារឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់បំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន និងធ្វើការកែប្រែផ្សេងទៀតដើម្បីបង្កើនបរិមាណខ្យល់ខាងក្រៅ និងខ្យល់ចេញចូលនៅក្នុងការិយាល័យ និងទឹកនៃផ្សេងៗទៀត។
  - បន្ទប់ទឹកសាធារណៈត្រូវបានធ្វើអនាម័យជាប្រចាំដោយប្រើផលិតផលសម្អាតមេរោគដែលបានអនុម័តដោយ EPA ដោយអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិតសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ តាមកាលវិភាគដូចខាងក្រោម៖
- 
- ទឹកអនាម័យលាងដៃ ក្រដាសដូតមាត់ និងធុងសម្រាមគឺមានសម្រាប់សាធារណជននៅ ឬជិតច្រកចូលទឹកនៃកន្លែង។
  - ស្រេចចិត្ត - ពិចារណាវិធានការណ៍ផ្សេងទៀត (ឧ. ការផ្តល់ម៉ោងធ្វើការសម្រាប់តែជនចាស់ជរា)៖
- 

**D. វិធានការណ៍ដែលទំនាក់ទំនងជាមួយសាធារណជន**

- ច្បាប់ចម្លងនៃពិធីការនេះត្រូវបានបិទផ្សាយនៅគ្រប់ច្រកចូលសាធារណៈទាំងអស់មកក្នុងអគារ។
- ស្លាកសញ្ញានៅច្រកចូល និង/ឬនៅកន្លែងដែលអតិថិជនកម្រងជួរ ជូនដំណឹងដល់អតិថិជនពីដែនកំណត់នៃចំនួនអតិថិជនសេចក្តីតម្រូវឱ្យរក្សាគម្លាតសង្គម និងថារបៀបរៀបរយត្រូវបានណែនាំយ៉ាងមុតមាំ។
- ទឹកនៃកន្លែងហាត់ប្រាណ គួរចាត់វិធានការណ៍សមស្រប ដូចជាបិទស្លាកសញ្ញានៅគ្រប់ច្រកចូល និងនៅតាមទីតាំងយុទ្ធសាស្ត្រ និងមើលឃើញច្បាស់ ដើម្បីលើកដល់បុគ្គលិក និងសាធារណជនថា ពួកគេគួរតែអនុវត្តការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងថាការប្រើប្រាស់របៀបរៀបរយត្រូវបានណែនាំយ៉ាងមុតមាំ។
- ច្រកអនុញ្ញាតនៃអាជីវកម្ម (ភេហទំព័រ បណ្តាញសង្គម ។ល។) ផ្តល់ព័ត៌មានច្បាស់លាស់អំពីម៉ោងបើកហាង ការតម្រូវឱ្យប្រើរបៀបរៀបរយនៅតាមកន្លែងជាក់លាក់នៃទឹកនៃកន្លែង ចំនួនអតិថិជនដែលបានកំណត់ គោលការណ៍ទាក់ទងនឹងការកក់ទុកជាមុន ការបង់ប្រាក់ជាមុន និងបញ្ហាដែលពាក់ព័ន្ធផ្សេងៗទៀត។

**E. វិធានការណ៍ដែលធានាបាននូវការប្រើប្រាស់សេវាកម្មសំខាន់ៗដោយស្មើភាព**

- សេវាកម្មដែលចាំបាច់ខ្លាំងសម្រាប់អភិវឌ្ឍន៍ ត្រូវបានផ្តល់អាទិភាព។
- ប្រតិបត្តិការ ឬសេវាកម្មដែលអាចត្រូវបានផ្តល់ពីចម្ងាយ ត្រូវបានប្តូរទៅអនឡាញ។
- វិធានការណ៍ត្រូវបានអនុវត្តដើម្បីធានាបាននូវការទទួលបានសេវាកម្មសម្រាប់អភិវឌ្ឍន៍ដែលមានការលំបាកក្នុងការផ្លាស់ទី និង/ឬដែលមានហានិភ័យខ្ពស់នៅទីសាធារណៈ។
  - o ពិចារណាអនុវត្តម៉ោងពិសេសដែលបានកំណត់សម្រាប់ប្រជាជនដែលមានហានិភ័យ (risk) ខ្ពស់ ឬងាយរងគ្រោះផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ រួមមានជនចាស់ៗដែលចូលបានដោយមានការកក់ទុកជាមុនប៉ុណ្ណោះ

**វិធានការណ៍បន្ថែមទាំងឡាយដែលខុសពីខាងលើ ត្រូវបានរាយនៅលើទំព័រដាច់ដោយឡែក ដែលអាជីវកម្មត្រូវភ្ជាប់ជាមួយឯកសារនេះ។**

**អ្នកអាចទាក់ទងបុគ្គលខាងក្រោមជាមួយសំណួរ ឬមតិអំពីពិធីការនេះ៖**

**ឈ្មោះទំនាក់ទំនងអាជីវកម្ម៖** \_\_\_\_\_

**លេខទូរស័ព្ទ៖** \_\_\_\_\_

**កាលបរិច្ឆេទកែសម្រួលចុងក្រោយ៖** \_\_\_\_\_